

DAFTAR PUSTAKA

- Abriyuda, S. D, 2017, *Pengukuran Beban Kerja Mental Pengemudi Bis Angkutan Akap Di Terminal Giwangan Yogyakarta Dengan Metode Nasa Task Load Index (Nasa-TLX)*, Skripsi Universitas Islam Indonesia.
- Ain, R. C, *et al.*, 2017, 'Hubungan Antara Konsumsi Konsumsi Kopi Bersama Rokok Dan Kualitas Tidur Pada Sopir Bus Di Terminal Arjosari Malang', *Jurnal Kedokteran*, 12 (2), 107–113.
- Aji, A., *et al.*, 2015, 'Isolasi Nikotin Dari Putung Rokok Sebagai Insektisida', *Jurnal Teknologi Kimia UNIMAL*, 4(103).
- Allsbrook, J, 2008, *Properties Of Caffeine Molecule*, New York.
- Amir, 2004, Aspek Neurobiologi Molekuler Depresi, JIWA.
- Andriyani, 2014, 'Physical Activity Guidelines for Children', *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10, 61–67.
- Angelina, 2016, *Analisis Pola Hubungan Konsumsi Minuman Berkafein Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Sopir Bus Agen Cipta Karya*, Skripsi Universitas Pembangunan Veteran Jakarta.
- Anggara, M, 2016, 'Hubungan Tingkat Konsumsi Rokok Dengan Gangguan Tidur Pada Perokok Usia 25-40 Tahun Di Pedukuhan Salakan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta', *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan*.
- Annahri, M, 2013, 'Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Angka Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat', *Jurnal Psikologi*.
- Apriana, W, 2015, *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Remaja Di Yogyakarta*, Skripsi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Ariani, 2011, *Hubungan Antara Motivasi Dengan Efikasi Diri Pasien Dm Tipe 2 Dalam Konteks Asuhan Keperawatan Di RSUP.H. Adam Malik Medan*, Skripsi Universitas Indonesia.
- Aroyah, N, 2012, 'Terapi Dingin (*Cold Therapy*) Dalam Penanganan Cedera Olahraga', *Jurnal Pendidikan Dan Rekreasi FIK UNY*.
- Asmadi, 2008, *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Baecke, *et al.*, 1982, 'A Short Questionnaire For The Measuremnt Of Habitual

- Physical Activity In Epidemiological Studies', USA: *Am J Clin Nutr*, 936-942.
- Balitbang, M, 2012, *Kajian Perilaku Supir Angkutan di Kota Medan*, Medan: Badan Penelitian dan Pengembangan Kota Medan.
- Berger. Williams, 1992, *Fundamental of Nursing: Collaborating for Optimal Health*, USA: Apleton & Lange.
- Bixler, 2009, *Sleep and Society: An Epidemiological Perspective*. Sleep Medicine.
- Brand, S., *et al*, 2017, 'During Early To Mid Adolescence, Moderate To Vigorous Physical Activity Is Associated With Restoring Sleep. Psychological Functioning, Mental Toughness And Male Gender', *Journal of Sports Sciences*, 35(5), 426–434. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1167936>.
- Busyee, D., Reynolds, C., Monk, T., & Al, E, 1989, 'The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): A New Instrument for Psychiatric Research and Practice, *Am J Psychiatric*', 28, 193–213.
- C. B. Corbin & Lindsey, R, 1997, *Fitness and Wellness*, Dubuque: Times Mirror Higher Education Group Inc.
- Caballero, B., Finglas, P. M., & Toldra, F, 2016, *Encyclopedia of Food and Health*, Academic Press, United Kingdom.
- Carpenito, 2002, *Aplikasi Pada Praktik Klinik (Kadar K, S), Diagnosis Keperawatan (9th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Chang, & Jen-Jen, 2013, 'Association Between Physical Activity and Insomnia Symptoms in Rural Communities of Southeastern Missouri, Tennessee and Arkansas', *The Journal of Rural Health*.
- Christopher, D., Timothy, R., John, S., & Thomas, R, 2018, 'Caffeine Effects on Sleep Taken 0,3, or 6 Hours Before Going to Bed'. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 15(1).
- Clark, I., & Landolt, H. P, 2017, 'Coffee, Caffeine, and Sleep: A Systematic Review of Epidemiological Studies and Randomized Controlled Trials', *Sleep Medicine Reviews*, 31, 70–78.
- Crawford, J, 2005, N. F. Kumar V, Abbas AK, *Liver and Biliary Tract Pathologic Basic of Disease (7th ed., p. 903)*, Philadelphia: Elsevier Saunders.
- Daswin N, N. E, 2013, 'Pengaruh Kafein Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara', *Jurnal FK USU*, 1.
- Del Brutto, O. H., Mera, R. M., Zambrano, M., & Castillo, P. R, 2016, 'Caffeine Intake Has No Effect On Sleep Quality In Community Dwellers Living In A

Rural Ecuadorian Village (The Atahualpa Project)', *Sleep Science*, 9(1), 35–39. <https://doi.org/10.1016/j.slsci.2015.12.003>.

Depkes, 2013, Riset Kesehatan Dasar 2013.

Diana, 2016, 'Hubungan Antara Perokok Aktif Dengan Gangguan Kualitas Tidur (Insomnia) Pada Dewasa (Usia 25 - 45 Tahun) Di RW 04 Desa Kalisongo Kecamatan Dau Kabupaten Malang', *Nursing News*, 1, 144 – 152.

Diana, D, 2001, *Serba - Serbi Manfaat dan Gangguan Tidur*, Bandung: Pionir Jaya.

Dolezal, B. A., Neufeld, E. V, Boland, D. M., Martin, J. L., & Cooper, C. B, 2017, 'Interrelationship between Sleep and Exercise', *A Systematic Review*, <https://doi.org/10.1155/2017/1364387>.

Dollemore D, M. G, 2001, *Rahasia Awet Muda Bagi Pria*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Dugas, 2016, *Nicotine Dependences and Sleep Quality in Young Adults*, 2.

Dyah, S. P. et al, 2014, *Survei Konsumsi Makanan Individu Dalam Studi Diet Total Provinsi DKI Jakarta 2014*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Effendi, E., & Laksono, A. D. D, 2014, *Diskursus Tentang Rokok*. Yogyakarta: Kanisius.

Eriksen *et al*, 2015, 'The Tobacco Atlas: Fifth Edition', America: *American Cancer Society*.

Ferlianto, *et al*, L. R, 2006, *Komoditi Infestasi Paling Prospektif*, Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

Firdaus, H, 2018, *Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kecenderungan Insomnia Pada Pekerja*. Skripsi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Gistianio, A. P, 2017, 'Gambaran Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Sopir Angkutan Kota (Studi Pada Sopir Angkutan Bus Kecil C 10 Rute Trayek Sub Terminal Rejomulyo Jalan Tawang Kota Semarang'. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Gu, F., *et al*, 2018, 'Effect Of Nicotine Dependence On Quality Of Life And Sleep Quality In Patients With Lung Cancer Who Continue To Smoke After Diagnosis', *Journal of Thoracic Disease*, 10(5), 2583–2589. <https://doi.org/10.21037/jtd.2018.05.12>.

Hadiman, 1992, *Disiplin Mengemudi Mencerminkan Budaya Bangsa*, Yayasan Brata Bakti Polri.

- Hafizudin, M, 2017, *Hubungan Antara Frekuensi Aktivitas Jogging Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran Universitas Hasanuddin 2017*, Skripsi Universitas Hasanuddin Makassar.
- Hakimin, K, 2017, 'Hubungan Antara Perokok Aktif Dengan Gangguan Pola Tidur (Insomnia) Pada Mahasiswa', *Jurnal Keperawatan*, 2(1).
- Harkreader, H, 2007, *Caring and Clinical Judgement. Fundamental of Nursing* (3rd ed.), St. Louis, Missouri: Saunders Elsevier.
- Hartescu, I., Morgan, K., & Stevinson, C. D, 2015, 'Increased Physical Activity Improves Sleep And Mood Outcomes In Inactive People With Insomnia: A Randomized Controlled Trial' *Journal of Sleep Research*, 24(5), 526–534. <https://doi.org/10.1111/jsr.12297>.
- Hastono, P. S., & Sabri, L, 2010, *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Hidayat, A. Abdul, A, 2006, *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan Buku 2* (2nd ed.), Jakarta: Salemba Medika
- International Food Information Council Foundation (IFIC), 2008, *Caffeine and Health : Caffeine*, Washington: IFIC
- Iqbal, M. D, 2017, 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta'. *Jurnal Fakiultas Ilmu Keolahragaan*
- Japardi, I, 2002, *Gangguan Tidur*, Medan: Universitas Sumatera Utara
- Javaheri, Zhao, Punjabi, Quan, Gottlieb, & Redline, 2018 'Slow-Wave Sleep Associated with Incident Hypertension'. *The Sleep Heart Health Study*, 41(1). <https://doi.org/10.1093/sleep/zsx179>
- Juliyanto, P. & L, 2015, *Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kualitas Tidur pada Siswa SMA N 2 Ungaran*
- Kadita, F, 2017, 'Hubungan Konsumsi Kopi Dan Screen-Time Dengan Lama Tidur Dan Status Gizi Pada Dewasa', *Journal of Nutrition College*, 6(4), 301–306.
- Kamitsuru, H. &, 2014, *NANDA International Nursing Diagnose Definitions & Classification 2015 - 2017*, Oxford: Blackwell
- Karen, & Griffin, R, 2015, 'The Effects of Caffeine Use on Driving Safety Among Truck Drivers Who Are Habitual Caffeine Users', *Journal Workplace Health & Safety*, 63(8), 333–341. <https://doi.org/10.1177/2165079915579561>
- Katzung B, S. B, 2012, *Obat yang Bekerja pada Susunan Saraf Pusat, Farmakologi Dasar dan Klinik* (12th ed.), Jakarta

- KBBI, 2016, *Rokok Kamus Besar Bahasa Indoensia*.
- KBBI, 2016, *Sopir. Kamus Besar Bahasa Indoensia*.
- Kemendes, 2018, *Hasil Utama Riskesdas 2018*.
- Khairani, M, 2017, *Pengaruh Minuman Kopi Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa /i Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Skripsi Universitas Sumatera Utara.
- Kozier B, Erb Berman, S. J, 2010, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik*. Jakarta: EGC.
- Kristina, I, 2013, *Effect Of Caffeinated Beverages Upon Breakfast Meal Consumption of University Wisconsin-Stout Undergraduate Students*, American Psychological Association.
- Lanywati, E, 2001, *Diabetes Mellitus: Penyakit Kencing Manis*, Yogyakarta: Kanisius.
- LeDuc, P. A., Caldwell, J. A., & Ruyak, P. S, 2000, *The Effect of Exercise as a Countermeasure For Fatigue in Sleep-Deprived Aviators* (12th ed.), Military Psychology
- Lelyana, R, 2008, *Pengaruh Kopi Terhadap Asam Urat Darah*. Skripsi Universitas Diponegoro.
- Liu J, I. H. L, 2011, 'Cigarette Smoking Might Impair Memory and Sleep Quality' *Journal of the Formosan Medical Association*, 287–290
- Liveina, 2012, 'Pola Konsumsi dan Efek Samping Minuman Mengandung Kafein Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana', *Jurnal Kedokteran Udayana*, 2(1), 1–12.
- Lumbantobing, S. M, 2004, *Neurogeriatri*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Maulida, 2015, 'Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Gangguan Pola Tidur Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Peudawa Kecamatan Peudawa Kabupaten Aceh Timur', *Jurnal Keperawatan STIKES*, 1–7.
- Maulidha, T. R. N, 2017, *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Ukm Tapak Suci Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. Skripsi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Miles, 2007, 'Physical Activity and Health', London, *British Nutrition Foundation Bulletin*

- Mirana, & Fima, 2018, 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Manado', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(5), 5–10.
- Mohammadi, *et al*, 2007, *Sleep Patterns and Sleep Problems among Preschool and School – Aged Group Children in a Primary Care Setting*.
- Musbyarini, Kartika, Anwar, F., & Meti D, C, 2010, 'Gaya Hidup Dan Status Kesehatan Sopir Bus Sumber Alam Di Kabupaten Purworejo, Jawa Tengah', *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 5(1), 6–14.
- Nasution, 2007, *Perilaku Merokok pada Remaja Medan*, Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara : Medan.
- Notoatmodjo, S, 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Novieyeni, 2017, *Hubungan Tingkat Kecemasan dan Perilaku Merokok dengan Kejadian Insomnia*.
- National Sleep Foundation (NSF), 2015, *Recommend New Sleep Times*.
- Nurdiannah H, C. K, 2017, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok Sopir Bus AKAP Di Terminal Terboyo Kota Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5.
- O'callaghan, F., Muurlink, O., & Reid, N, 2018, 'Risk Management and Healthcare Policy Dovepress Effects Of Caffeine On Sleep Quality And Daytime Functioning', *Risk Management and Healthcare Policy*, 11–263. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S156404>
- Oetomo, B. S. D, 2006, *Perencanaan dan Pembangunan Sistem Informasi*. Yogyakarta: Andi
- Oktaria, S, 2019, 'Hubungan Antara Konsumsi Minuman Berkafein Dengan Pola Tidur Pada Mahasiswa Teknik'. *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi (JKG)*, 1(2), 10–15. <https://doi.org/10.35451/jkg.v1i2.110>.
- Oswald, 1984, *Good Poor and Disordered Sleep in Priest RG* (S. an I. Monograph, Ed.), London: Update Books.
- Potter, & Perry, 2005, *Konsep, Proses dan Praktik*, Buku Ajar Fundamental Keperawatan (3rd ed.), Jakarta: EGC.
- Potter, & Perry, 2006, *Konsep, Proses and Praktik*, Buku Ajar Fundamental Keperawatan (4th ed.), Jakarta: EGC.
- Potter, & Perry, 2010, *Konsep, Proses dan Praktik*, Buku Ajar Fundamental Keperawatan (7th ed.). Jakarta: EGC.

- Prakoso, D. I., Setyaningsih, Y., & Kurniawan, B, 2018, 'Hubungan Karakteristik Individu, Beban Kerja, Dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kependidikan Di Institusi Kependidikan X', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(April), 88–93
- Pratama, A, 2017, *Hubungan Antara Kelelahan Mengemudi Dengan Aggressive Driving Pengemudi PO Sumber Group*. Skripsi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Primatesta, P., Emanuela, F., & G., S, 2001, *Association Between Smoking and Blood Pressure*. *Scientific Contribution*, 37, 187–193
- Purdiani, M. (2014). 'Hubungan Penggunaan Minuman Berkafein terhadap Pola Tidur dan Pengaruhnya pada Tingkah Laku Mahasiswa/i Universitas Surabaya', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1).
- Rafknowledge, 2004, *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. PT. Elex Media Komputindo.
- Rahman, 2008, *Hubungan Obesitas Dengan Resiko Obstructive Sleep Apnea OSA Pada Remaja*. Skripsi Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Ridwansyah, 2002, *Pengolahan Kopi*, Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Rifki, M. S., & Welis, W, 2013, *Gizi untuk Aktivitas Fisik dan Kebugaran*. Jakarta: EGC.
- Sanchez, C. M. R, 2013, 'Sleep Quality, Sleep Patterns and Consumption of Energy Drinks and Other Caffeinated Beverages among Peruvian College Students', *National Institute of Health*, 6.
- Santrock, J. W, 2002, *Life-Span Development*. Perkembangan Masa Hidup (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Sudarma, 2008, *Sosiologi Untuk Kesehatan*. Salemba Medika.
- Suherman, A, 2000, *Atletik Dasar - Dasar Penjaskes*, Depdikbud.
- Supit, I. C., Langi, F. L. F. G., & Wariki, W. M. V, 2018, 'Hubungan Antara Merokok Dengan Kualitas Tidur Pada Pelajar'. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(5).
- Tang, J., Liao, Y., Kelly, B. C., Xie, L., Xiang, Y. T., Qi, C., ... Chen, X, 2017, 'Gender and Regional Differences in Sleep Quality and Insomnia: A General Population-based Study in Hunan Province of China', *Scientific Reports*, 7(January), 1–9. <https://doi.org/10.1038/srep43690>.

- Tani, K, 2018, *Rahasia Sukses Budidaya Kopi* (1st ed.), Bandung: Nuansa Aulia.
- Tirtosastro, S., & Murdiyanti, A. S, 2010, *Kandungan Kimia Tembakau dan Rokok* (1st ed.).
- Uliyah M, H. A. A, 2015, *Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidananan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Umam, M. C, 2013, *Kesegaran Jasmani Atlet Bolabasket Putra*, Skripsi Universitas Negeri Semarang.
- Wahyuni, T, 2013, 'Hubungan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah Pada Pasien Rawat Jalan Puskesmas Bogor Tengah', *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Watson, E. J., Coates, A. M., Kohler, M., & Banks, S, 2016, 'Caffeine Consumption And Sleep Quality', *Australian Adults. Nutrients*, 8(8), 1–10. <https://doi.org/10.3390/nu8080479>.
- Weinberg, & Bealer, 2002, *The Miracle of Caffeine*. Bandung: PT. Mizan Nusantara.
- WHO, 2006, *Promoting Physical Activity and Active Living in Urban Environments*. Europe: WHO Regional Office For Europe.
- WHO, 2010, *Physical Activity*, Guide to Community Preventive Service.
- WHO, 2011, *Global Adult Tobacco Survey: Indonesia Report*.
- Wicaksono, S, 2015, 'Perbedaan Olahraga Futsal di Sore Hari dan Malam Hari Terhadap Tingkat Insomnia pada Anggota Klub Futsal Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta', *Jurnal Ilmu Kesehatan UMS*.
- Yolanda, D, 2017, *Hubungan Kebiasaan Merokok, Konsumsi Kopi, dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika Fakultas Teknik UHAMKA Tahun 2017*, Skripsi Universitas Muhammadiyah Prof Dr. Hamka.
- Zahra, P. N, 2016, *Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2012*, Skripsi Universitas Syiah Kuala.